ANNO XVI - N. 18 ★ SETTIMANALE FEMMINILE **32 PAGINE ★ LIRE 50** 3 MAGGIO 1953 SPED. ABB. POSTALE - GRUPPO II

Gioia

LA COLONNA DEL MEDICO

GUERRA ALLA STIPSI

Stipsi, stipsi e ancora stipsi. Molte lettrici mi scrivono su questo argomento. E loro, va bene, parlano di stitichezza, io preferisco « stipsi », ma se non è zuppa è pan bagnato; usate la parola che più vi piace, stipsi o stitichezza sono la stessa cosa. Dunque molte lettrici mi raccontano, con minuzia di particolari, la storia della loro stitichezza. E tutte chiedono un consiglio, una regola da seguire, una persino pretende — e non è che esprima un concetto errato — il « modus vivendi » che può esser utile al caso suo.

Allora parliamo tanto della stipsi, scusate, della stitichezza, di come si può combatterla, di come si arriva a vincerla. Avanti tutto bisogna distinguere; c'è stitichezza e stitichezza. C'è una stitichezza atonica e c'è una stitichezza spastica. La prima, lo dice il nome, è legata a difetto o mancanza di tono della muscolatura intestinale. L'altra, quella spastica, è dovuta al fenomeno opposto, cioè ad uno spasmo, o quanto meno ad uno stato di ipertono della muscolatura. E adesso vorrei aggiungere che la stitichezza si presenta con maggior frequenza nelle persone che vivono in città, appunto perchè particolare è il loro modo di vivere, più facili le emozioni, più intense le preoccupazioni, più « obbligatoria » la vita sedentaria, che pure ha la sua importanza, tutt'altro che piccola, fra le cause della stipsi. E vorrei dilungarmi ancora su questo sentiero. Dire del « temperamento » ipotiroideo, o di quell'altro, o di quell'altro ancora. Ma mi par di sentirle, le lettrici. Non è una lezione che vogliamo; a noi interessa solo un consiglio, una regola da seguire, un « modus vivendi ». Questo, e nient'altro.

Dunque accontentiamole, le lettrici; sotto con la terapia. Prima di ogni altra cosa badare alla dieta. Nove volte su dieci è a tavola che si comincia a vincere la stitichezza. Dunque cibi conditi con molto olio, e cibi ricchi di scorie, quindi molta frutta, molta verdura, e marmellate, e farine di orzo o di avena, e pane integrale. Dopo la dieta, moto, molto moto. Ginnastica, sport e passeggiate, insomma mettere al bando, il più possibile, la vita sedentaria.

Coi purganti, invece, è bene andare molto piano. Non fosse altro perchè creano assuefazione, e dopo riesce difficile poterne fare a meno. Più indicato riesce piuttosto l'uso di clisteri di acqua e glicerina, di acqua di riso, di infuso di camomilla, oppure di acqua e olio. A proposito di olio, un paio di cucchiaini di olio d'oliva, presi al mattino, possono favorire l'evacuazione. A volte può riuscire utile anche un bicchiere di acqua tiepida, o fredda, presa al mattino, magari stemperandovi dentro due o tre cucchiaini di polvere di liquirizia, e, fra parentesi, aggiungerò che talora anche una sigaretta, se fumata a digiuno, può servire allo scopo.

Dicevo prima, attenti ai purganti, specie se salini. Si ricorrerà invece ai lassativi, senna, aloe, cascara, ecc. Un prodotto che, in questi casi, risponde allo scopo, è il Tè Franklin, che è una miscela di erbe (senna, gramigna, finocchio, anice, issopo, ecc.) ad azione lassativa e diuretica, che esplica la sua funzione blandamente, liberando l'organismo dalle scorie tossiche che vi si sono accumulate. Il Tè Franklin è, oltre tutto, una gradevole bevanda, che si prepara come si prepara il the... delle cinque. Solo che questo lo si prende la sera, al momento di coricarsi. Tutto qui.

Dott. LORIS

Le lettrici possono indirizzare le loro richieste a: Dott. Loris - Redazione « Gioia! » - Milano, Via Mazzini 2, che risponderà nella rubrica « Bellezza Igiene Salute ».

QUESTE TRE DONNE VI

Intervista con le più note disegnatrici

Brunetta Mateldi, o del minuetto

Una visita « alla Brunetta » — come la chiamano in tutte le redazioni di Milano — costituisce sempre una parentesi gradevolissima. Questa donna minuscola e vivace, di svelta e apprensiva fantasia, con grandi occhi sempre contesi tra lo stupore e l'arguzia e manine infantili da cui sfavillano i riflessi del rotondo anello cinquecentesco; questa donna che non sta ferma un minuto e corre ad ogni secondo dietro a un'immaginazione nuova, ha un singolare concetto della conversazione. L'ospite che volesse parteciparvi attivamente sarebbe su una strada sbagliata. Assai meglio — l'ho sperimentato — è accomodarsi in una delle poltrone e stare a sentire. Dico meglio: stare a vedere. Brunetta Mateldi, ai visitatori cortesi, rappresenta Brunetta Mateldi. Che è sempre uno spettacolo delizioso, tenuto, direi, in chiave di settecentesco minuetto.

La scena è costituita dalle due grandi stanze che formano il soggiorno. Dirò bravo a chi capisce come quelle due stanze, così inzeppate di squisiti oggetti (Brunetta Mateldi è una « frugatrice » di antiquari) possano conservare tale aspetto d'ordine. Ecco un sommario elenco di oggetti raccolti in un metro cubo scelto a caso: un mandolino e una chitarra, un finto orologio intarsiato; una testina di gesso con una nave a ruote posata sui capelli, nave e testina opere della Brunetta; un antico tappetino indiano e due sedie; un paio di scarpette indiane di raso trapunto di cordoncino d'oro (« Le avecomperate per me, ma — mossettina di grazioso imbarazzo — non ho avuto mai il coraggio di metterle, ihi ihi ihi! »); lampadine per illuminare scenograficamente il tutto. Altrove: una Piazza San Marco con navi, chiusa in bottiglia; altra bottiglia con brigantino a palo; vasi di argento bulinato e medaglioni orientali incorniciati di velluto, e manichini e quadri e libri e statuine e forme di spaltrì per modellare cappelli... Dirò bravo a chi riuscirà a fare un esauriente inventario di quelle due stanze.

Ogni tanto ci vanno i fotografi di qualche giornale. « Chi è? » chiede la Brunetta, magari dal bagno. « Non si preoccupi, siamo noi! ». Fotografano infaticabilmente per due ore. Credo che ormai quelle due stanze siano state fotografate anche per le riviste della Nuova Zelanda.

In una parete s'apre una uscita come in una quinta teatrale, senza imposte, che mette in un corridoio. Andando e venendo da quell'uscita, nell'ultima mia visita, la Brunetta ha — per così dire — rappresentato cappelli. Entrava ogni volta con un cappello nuovo, s'aggirava come una indossatrice, spariva. Tornava con un altro cappello. Io? Stavo seduto e guardavo. Se racconto che su quei cappelli, fatti da lei, c'erano zolle di primule e allodole ad ali spiegate, rose tea e costruzioni di paglia da sedie, probabilmente scoraggio il lettore. Eppure, a costo di giocarmi la mia reputazione, io, che in fatto di cappelli femminili non concepisco più in là del basco, scrivo: erano cappelli bellissimi.

Com'è bello insomma tutto quello che esce dalle manine della Brunetta. Le pagine di rivista che ella dipinge fanno, di un giornale, un « signor giornale ». E riducono naturalmente alla disperazione la sartina, che cerca di capire dove diavolo vadano poste le *pinces* e le lampo. Stanno, su quelle pagine, donne-spettacolo, donne da non toccare mai, ma da contemplare senza fiato. E' chiarissimo che sto scrivendo sciocchezze, ma chi non scrive sciocchezze quando si imbarca a parlare di pittura? E le pagine della Brunetta sono appunto pittura. Sono da staccare ed esporre con quattro puntine in qualche elegante scantinato di Montenapoleone, insieme, tanto per fare ambiente, alla testina con la nave sui capelli e le scarpette indiane.

Le pagine di rivista che «la Brunetta» dipinge fanno di un giornale un « signor giornale »... e riducono naturalmente alla disperazione la sartina.

Maria Pezzi, o della rotativa

Ditemi che la signorina Maria Pezzi è ottima disegnatrice di moda, e scuoterò la testa. Ditemi che è cartellonista di successo, e ne converrò con gentile condiscendenza. Ditemi che è giornalista e mi avrete tutto per voi. Sono convinto, infatti, che Maria Pezzi disegni soltanto perchè esiste una specializzazione del giornalismo che prevede la possibilità di riempire di disegni una pagina. Distinzione sottile, ma tenace, da cui non sono disposto ad esimermi. Maria Pezzi ha tutti i segni distintivi della giornalista.

Elegante, anzitutto, ma in modo speciale. Un'eleganza lineare e sobria, estrema e pratica. Senza cambiare un nastro o girare un bottone, avrebbe potuto correre in tipografia a correggere bozze sul bancone di zinco o entrare dalla sarta Veneziani per un *défilé* con rinfreschi, noia e signore in abito lungo. Nella signorina Pezzi scoprivo, insomma, le colleghe. E con una vanità intrisa di spirito di consorteria, mi compiacevo di lei moltissimo. Mi compiacevo anche della conversazione, che pure recava i segni migliori del « mestiere », così informata e precisa, capace, attraverso le divagazioni, di correre al nocciolo di un argomento. Andava proprio bene, perbacco. D'ora in poi non dirò più male delle colleghe.

Come certi amori che cominciano per gioco e finiscono per diventare maledettamente seri (come tutti gli amori), la vocazione professionale di Maria Pezzi s'è rivelata sotto il segno del dilettantismo. Studiava pittura « con un vecchio maestro sporco e barboso » e s'era organizzata un *atelier* sotto ai tetti a casa sua, in Foro Bonaparte. Le piacevano i bei vestiti. Sua madre era donna elegante. Non le rincrebbe perciò quando un conoscente le chiese di disegnare qualche modello per un grande complesso industriale. Non fu facile, in principio. La stilizzazione richiesta dalla figura dipinta a cavalletto non è la stessa che può essere ospitata su una pagina. E poi, nei giornali, non sempre si è liberi di lavorare come si vuole. Il direttore, badando al giornale, se ne infischia alquanto di ciò che desidera fare il collaboratore. Inoltre c'è l'eterno problema mai risolto, che vale per chi scrive come per chi disegna: « A chi sto parlando in questo momento? ». E si finisce per costruirsi un lettore-tipo, una specie di evanescente fantasma che lasci supporre di sopportare il dialogo.

Se Maria Pezzi, per esempio, riflettesse che il mondo è popolato in gran parte di donne d'un quintale, con tendenza a sciancare i tacchi e ad accostare colori come urli, dubito assai che riuscirebbe più a schizzare uno solo dei suoi vivaci disegni. « In fondo — dice — la moda è fatta per una *élite;* tutte le altre donne vengono, bene o male, a rimorchio. Ma la moda — conclude — andrebbe spiegata di più ».

Jean Grignani, o delle margherite

Due anni fa mi capitò di dover telefonare alla signora Grignani, che non conoscevo, per proporle di « pupazzettare » una certa pagina. Composi il numero e mi rispose un vocino esilissimo, con un timbro di testa e una grazia infantile. Sorrisi pensando che la piccola doveva essersi rizzata sulle punte dei piedi per arrivare al telefono. «Ciao, bella — dissi — c'è la tua mamma? ». « La mamma non c'è — disse il vocino. — Plovi a telefonale velso sela ». Telefonai verso sera e mi rispose il solito vocino esilissimo col timbro di testa e la grazia infantile. « Ciao, bella — dissi — è tornata la mamma? ». « Quale bella? » disse il vocino, un po' risentito. « Ma non sto...? ». « Sono la signora Grignani — disse il vocino — e lei è uno screanzato... ». Dissipammo l'equivoco a fatica.

Sospetto che tra la signora Grignani e la sua piccolissima figlia maggiore corrano altre somiglianze oltre alla grazia infantile della voce al telefono. Sospetto che madre e figlia abbiano in comune più importanti faccende, squisitamente spirituali. Sospetto insomma che la signora Grignani sia tutta intrisa, se così si può dire, di grazia infantile. E ho buone ragioni di so-

VESTONO

di moda

spettare. Suo marito, per esempio, bell'uomo di figura vigorosa e di ingegno vivace, parlando della moglie cade in quell'imbarazzo pieno di buona volontà, che tradisce l'uomo convinto di maneggiare, con dita troppo grosse, un ninnolo troppo fragile. La signora, con la casacca bianca da lavoro, il profilo miniato e i capelli biondo cenere raccolti da un nastro, è seduta sul divano accanto a me. Il signor Grignani, anche egli in casaccone bianco, la guarda con rapimento addirittura paterno e comincia a spiegarmi, aiutandosi col gestire, che razza di donna complicata e semplice, secondo lui, è sua moglie. Capisco subito che — per quella impenetrabile ragione per cui un uomo non riuscirà mai a parlare con chiarezza della donna cui vuol bene — il signor Grignani s'è cacciato in una bella complicazione.

« Mia moglie, vede... lei... è come le bambine... lei è... così... le dico che in questa casa non si riesce neanche a litigare... ».

E il signor Grignani, virilmente costernato per quell'impossibilità di litigare con la moglie, tace — finalmente — e si limita a guardarsela con rinnovata meraviglia. Per togliersi d'impaccio la signora, graziosamente, propone di preparare un caffè.

tavolini, come le scansie di tubi che corrono lungo le pareti, sono ingombri di carte, libri, riviste. Ogni tanto comperano un tavolino nuovo per quel dilagante mare di carta. Tra i due tavoli, nel largo spazio, la treenne Manuela, la figlia minore, rimorchia col triciclo un seggiolino su cui ha caricato un fascio di vecchi disegni. E' buona buona, bella bella, col codino di capelli bruni trattenuto da un elastico. Ogni tanto scende dal triciclo e prova sulle gambette un *pas de bourré* che ha visto fare alla sorella maggiore, iscritta a una scuola di danza classica. Poi, passatale quella fantasia, torna al triciclo e gira per la stanza con la precisione silenziosa di un gattino che si muova tra i bicchieri di un tavolo. Marito e moglie, tranquilli, lavorano.

Hanno abitudini riservatissime e non escono quasi mai. Jean Grignani ha avuto un'adolescenza spesso drammatica. Figlia di un professore russo che aveva cattedra al liceo imperiale di Mosca, è nata a Melitopol in Crimea. Facile immaginare che la sua infanzia trascorse in un ambiente di raffinata cultura. La rivoluzione costrinse la famiglia a fuggire a Londra, a Parigi — dove, se non erro, la ragazza conobbe il giovane che doveva sposare — e infine a Milano. Forse la precaria vita di quegli anni ha suggerito a quest'esile donna, per tanti aspetti così preziosamente ottocentesca, il gusto per il lavoro sereno, la vita ritirata e calda, gli affetti certi. Unica tra le disegnatrici di moda, non la si vede mai alle sfilate e nella salottiera cornice della *haute couture*. Serena, a casa sua, inventa la moda, la intuisce. E non accade mai che non sia aggiornata, forse appunto perchè si giova, invece che di appunti affrettati, della fantasia.

Il suo pennello continua a costruire, in mille atteggiamenti diversi, la stessa figura, con gli abiti e i capelli gonfi di vento, beato lui, innamorato.

UMBERTO PANIN

Jean Grignani dipinge donne con gambe lunghissime, visi gentili, esili braccia, che sembrano procedere leggere su prati primaverili.

Maria Pezzi è essenzialmente una giornalista, ma la sua vocazione professionale si è rivelata sotto i segni del dilettantismo.

Jean Grignani, i cui acquarelli o carboncini sono ospitati spesso da queste pagine, è quel tipo di donna che nella vita di un uomo fa l'effetto di un mazzo di fiori posato sulla scrivania di un ufficio. E' quel tipo di disegnatrice che riesce a fissare su una pagina qualcosa che somiglia a un sogno. Dipinge donne con gambe lunghissime, visi gentili, esili braccia, che — anche se il disegno non lo dice o lo nega del tutto — si immaginano sempre procedere leggere su prati primaverili, puntualmente infiorati di margherite. C'è sempre, intorno alle donne di Jean Grignani, come un vento, beato lui, innamorato, che sospinge i larghi vestiti e riempie i capelli come bandiere. Suo marito le chiama « *donne schampoo* ».

Lavorano insieme in una grande stanza, lui impagina riviste di lusso, lei prepara pagine di moda e disegni pubblicitari. Davanti ai due tavoli, molti

DONNE SUL SERIO

ELENA

Elena è una donna che cerca la croce, che sogna la croce, che trova la croce. E' la donna della croce.

E' una santa e un'imperatrice: due cose piuttosto difficili a essere conciliate insieme, o facilissime, se gli imperatori facessero i cristiani sempre e sul serio.

Si dice che, al contrario di Monica, essa sia stata avviata alla conversione da suo figlio, l'imperatore Costantino. Con la storia alla mano, si potrebbe provare che Costantino non fu affatto uno stinco di santo, anche se donò la libertà alla Chiesa e fu di essa benemerito per tante cose. Tuttavia basterebbe il fatto d'aver rivelato Cristo a sua madre per fargli perdonare parecchie cose.

Anch'egli aveva sognato la croce: l'aveva sognata come il segno e il mezzo della vittoria, come l'inizio d'un'epoca nuova nella storia della civiltà romana; la rivelò a sua madre. Mentre egli continuò a trattare la croce piuttosto come uno stendardo di guerra che come un simbolo di vita religiosa, la madre sopravanzò il figlio, cominciando a vivere una vita di ascetismo esemplare, di pietà sconfinata, di carità senza riserve. Divenne la madre più che la regina del suo popolo.

La pietà la condusse spesso in Palestina, ove lasciò il segno del suo passaggio facendovi edificare due basiliche, una sulla grotta di Betlemme e una sul Monte Tabor.

Ma il suo desiderio più vivo era quello di ritrovare la Croce di Cristo, il vero legno su cui era morto il Signore. Si era nel 300, e secoli erano passati da quella morte. Ma Elena non disarmò dal suo desiderio. Pregò e meditò, impetrò ogni giorno il prodigio.

Finchè una notte, in sogno, ebbe l'indicazione del luogo preciso. Fece scavare, e insieme alle croci di altri giustiziati, in tutto simile a quelle, apparve la Croce di Cristo, che si rivelò tale perchè appena avvicinata a uno storpio lo guarì istantaneamente.

Da quel giorno il tronco della Croce cominciò a scheggiarsi. Ogni scheggia lievitò un reliquario, un santuario. Su tutta la terra vennero portate in trionfo le briciole del patibolo del Figlio di Dio.

Solo le donne rimasero con Cristo quando fu inchiodato in Croce. Stanno bene, le donne, accanto alla Croce: hanno il cuore e le mani più adatte a far accettare la croce.

Una donna ancora doveva donare la croce all'umanità: Elena.

Lasciatemi vedere in questa amante della croce l'immagine esemplare della femminilità che sola, dopo Maria, sa suggerire al mondo il prezzo della fede, della speranza, della carità: il dolore e il sacrificio.

Lasciatemi voler bene a quest'Elena lontana di secoli, ma tanto vicina in ispirito: essa mi ricorda tutti i momenti in cui mia madre mi ha fatto coraggio a patire per amore anzi che per forza.

l'Araldo